

# Tout ce qui pousse au potager d'intérieur

Cultiver des légumes dans sa cuisine permet de contrôler son alimentation, d'apporter un complément à l'agriculture classique et de se reconnecter à la nature ainsi qu'à sa famille.



Des accessoires de potager d'intérieur fleurissent dans les rayons spécialisés suite à l'engouement grandissant pour l'agriculture urbaine.

© D.R.

Transformez votre intérieur en extérieur. » C'est par ce slogan qu'Ikea a déclaré ouvertes les joies jardinières du printemps. Et en ce début de « belle » saison qui affiche gris et pluie, la proposition est alléchante pour nous tous qui rêvons de mettre des couleurs et de la vie chez nous. Que celui qui ne va pas craquer sur les premiers narcisses en pot au marché ce week-end nous jette le premier bulbe !

S'il est vrai que ces dernières années étaient à la tendance du très végétal dans les intérieurs, le géant suédois va ici plus loin que la simple offre déco. Surfant sur la vague de l'éco-conscientisation, il proposera bientôt un véritable kit de potager intérieur et la promesse de récoltes légumières qui vont avec. « Vivre en ville, et avoir le ventre à la campagne » pourrait donc bien servir de slogan alternatif à cette gamme qui comprend des mottes de semis, des graines, des pots de culture et des étagères. Une tendance au potager indoor qui s'inscrit pleinement dans la vague du développement de l'agriculture urbaine et compte aujourd'hui de plus en plus d'adhérents, des particuliers séduits par ses multiples avantages.

## Le bon, le goût et la conscience

Au premier rang de ceux-ci, figure une certaine sécurité alimentaire. Parce que le consommateur, régulièrement confronté aux scandales divers ces dernières années, vache folle, lait contaminé ou steaks hachés à l'E. Coli, a besoin de se rassurer l'assiette. Et que pour ça, il n'y a pas mieux que de cultiver soi-même ce que l'on met dans ses plats. En outre, couper herbes aromatiques, mini-concombres ou feuilles de salades pour les

cuisiner fissa renforce la saveur des mets, puisque la fraîcheur des ingrédients ne souffre ni du transport en camion, ni du stockage au frigo. Sûr et bon à la fois, le procédé s'inscrit dans la gastronomie consciente. Cette nouvelle façon de se nourrir, on ne peut plus hype, a été impulsée par certains chefs étoilés – dont Sang-Hoon Degeimbre de L'air du temps – qui proposent à leurs clients une cuisine basée sur des aliments directement coupés dans un potager annexé à leur établissement.

Dans le même élan de conscientisation, le potager personnel, qu'il soit à ce titre d'intérieur ou d'extérieur, s'intègre dans le mouvement d'agriculture urbaine. Les potagers partagés, jardins individuels, collectifs ou de toit constituent des compléments indispensables à l'agriculture traditionnelle et une manière essentielle de penser cette dernière dans un futur proche. Parce que l'activité agricole est en danger à cause des mutations de nos écosystèmes : diversité génétique, flux biochimiques, changements climatiques, etc.

« Or, nous savons qu'il faudra nourrir 9,6 milliards d'êtres humains en 2050, dont 80 % de citadins, soulignait déjà en 2013 le professeur Haïssam Jijakli, responsable du laboratoire de phytopathologie à Gembloux Agro-Bio Tech. Parmi les solutions envisagées, l'agriculture urbaine produit déjà, dans les pays en voie de développement, un tiers des denrées agricoles consommées mondialement. Dans nos pays, sa contribution passe par la mise en place d'une production citadine locale sur des surfaces non conventionnelles incluant les lieux de travail et d'habitation. » En somme, cultiver chez soi, même à petite échelle, ce qu'on va manger fait partie de ce mouve-

ment plus global de conscientisation et de rationalisation de l'agriculture de demain et peut constituer la fameuse « part du colibri » chère à Pierre Rabhi.

## Ensemble, c'est tout

Enfin, remplacer la culture des denrées au sein des foyers et des familles, c'est aussi remettre du sens dans nos vies polluées de béton, de surconsommation et d'individualisme. « Mettre un peu de vert, un peu de terre, par le biais d'un potager d'intérieur, chez soi, c'est se reconnecter à la terre, à la nature et à sa fonction nourricière. C'est se rendre compte de comment et d'où vient la nourriture, souligne Jonas Moerman, conseiller chez Ecoconso. Ça peut se faire dans une démarche pédagogique et essentielle, qui expliquera aux enfants des villes que tout ne vient pas du supermarché, mais aussi dans une optique de résilience contre la surconsommation. Quand on se rend compte de ce que ça représente de cultiver, on est plus à même de se représenter la vie des maraîchers. Du coup, on a peut-être envie de consommer moins. Ou différemment. »

En outre, le « cultiver ensemble » retisse du lien dans les familles, dans le cas des potagers intérieurs. Et, partant, de manière plus large, entre voisins et citoyens quand il s'agit de potagers partagés ou d'espaces publics cultivés, dans le cadre de l'agriculture urbaine à moyenne échelle.

On le voit, le potager indoor, bien au-delà de simple tendance à connotation bobo s'inscrit pleinement et facilement, dans une démarche plus globale de mieux vivre son environnement, physique, mental, familial, social voire économique. Comme quoi, cultiver son jardin intérieur, ça n'a que du bon. ■

ISABELLE PLUMHANS



## L'HYDROPONIE

### Demain, sans terre

L'hydroponie est un principe de culture sans terre vieux comme les jardins suspendus de Babylone, mais développé réellement depuis 50 à 60 ans. La technique consiste à apporter à la plante de l'eau, de la lumière, de l'air et les 16 éléments nutritifs qui lui sont indispensables. Elle est à la base de divers projets d'agriculture urbaine, chez nous ou nos voisins. Voici deux d'entre eux.

### L'étagère hydroponique

Présentée dans le cadre de l'Exposition universelle de Milan l'an dernier et développée par l'équipe du professeur Haïssam Jijakli, l'étagère mesure 30 cm de large, 90 cm de long et 1 m 50 de hauteur. Un courant d'eau (à changer deux fois par mois) y circule en boucle fermée, contenant des éléments nutritifs biosourcés. Soit une taille et un fonctionnement idéaux pour trouver sa place dans les cuisines des particuliers. On y cultive des légumes-feuilles (épinard, salade), des légumes-fruits (tomates, concombres), des fraises, de la mâche et des plantes aromatiques. Mais pas de légumes racines car la croissance s'effectue vers le haut. Et pas de petits pois ou assimilés, au rendement faible. Permettant la culture de deux laitues et d'une dizaine de plantes aromatiques par semaine, cette étagère en est aujourd'hui au stade de prototype.

### La serre d'hydroponie en grande surface

C'est une serre basée sur le principe d'hydroponie, en test dans le supermarché Metro de Berlin (photo ci-dessus). On y cultive des plantes aromatiques que les clients peuvent couper et acheter. Si la proposition semble séduisante, ce test permet de vérifier que les plantes, placées dans un espace public, supportent le stress (changement de chaleur, d'humidité, de lumière) et l'exposition aux microbes. En cas de résultat positif, de telles serres pourraient être envisagées dans les supermarchés de demain.

I. PL.

## EN PRATIQUE

### Des LED pour éclairer

**Le matériel.** On recourt à de grands contenants, profonds et larges, qui permettent les associations de plusieurs végétaux. Seule différence notable par rapport à la culture d'extérieur, la lumière est suppléée en intérieur par une lampe artificielle. Les LED sont de plus en plus utilisés, moins énergivores que leurs cousines HPS (haute pression de sodium), utilisées dans les serres professionnelles. On en trouve en jardinerie à partir de 40 €.

**Les variétés.** Les radis qui poussent bien et sans suppléance lumineuse, les plantes aromatiques, les salades, les tomates-cerises. Pas de carottes ou légumes racines, question de profondeur.

**La méthode.** Pour commencer (très) simple, on peut semer des radis en gros pot ou jardinière à poser sur un appui de fenêtre. Comme en extérieur, on prépare un terreau adapté aux végétaux cultivés. Par exemple, celui pour le thym, alcalin, s'enrichira de sable, alors que celui pour le basilic sera gras.

**Le suivi.** L'entretien des plantes s'effectue suivant la demande de chaque végétal et ses besoins en eau. Pour éviter que cette dernière ne stagne, on prendra soin de disposer, dans le fond du bac, des billes drainantes.

I. PL.



Sur [www.lesoir.be/demainlaterre](http://www.lesoir.be/demainlaterre), découvrez Ecosia, le moteur de recherche qui lutte contre la déforestation.